


**.Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
г. Калининграда гимназия № 32**

<p align="center">«Рассмотрено»</p> <p>на заседании кафедры эстетического цикла, технологии, ФК, ОБЖ и ИЗО</p> <p>Протокол № 2 от 17.08.2020 г</p>	<p align="center">«Согласовано»</p> <p>на заседании НМС МАОУ гимназии № 32</p> <p> /Шеленкова Н.Ю./ ФИО зам. директора по НМР, УВР</p> <p>Протокол № 2 от 17.08.2020г</p>	<p align="center">Разрешена к применению приказом директора МАОУ гимназии № 32</p> <p> /Белякова В.Н./</p> <p>Приказ № 77/2-ос от 17.08.20 г</p>
---	---	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре 7 классы
Предмет, класс

Количество часов на год: 70
Всего в неделю: 2 часа.
Уровень базовый

г. Калининград
2020

Пояснительная записка

Рабочая программа для 7 классов, составлена на основе примерной программы и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1- 11 классов»/Авт.- сост:В.И. Лях, А.А. Зданевич (М. Просвещение,2016) и следующих нормативных документов:

1. Концепция развития образования В Российской Федерации до 2025.
2. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».
3. Концепции непрерывного образования.
4. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования.
5. Образовательная программа школы.
6. Положение о рабочей программе.
7. М.Я.Виленский Физическая культура 5-7 кл.: учебник для общеобразовательных учреждений М.Я Виленский, Т.Ю. Торочкова, И.М.Туревский ; под общей редакцией М.Я. Виленского (М. Просвещение, 2016).

2. Роль и место курса физической культуры в обучении.

Предметом обучения физической культуре в школе является двигательная деятельность школьников с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность. Обеспечивается дифференцированный и индивидуальный подход к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

3.Цель обучения:

Главной целью является развитие компетентной личности, путем включения ребенка в различные виды ценностной деятельности(учеба, познания, коммуникация, профессионально-трудовой выбор, ценностные ориентации- личностное самовоспитание, саморазвитие, самореализация.).

4.Задачи физического воспитания учащихся 5-9 классов направлены:

- укрепление здоровья учащихся, закрепление навыков правильной осанки, профилактику плоскостопия; на содействие гармоническому развитию, выбору устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций, на здоровый образ жизни;
- на обучение основам базовых видов двигательных действий;
- на дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
- формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей на основе систем организма;
- на углубленное представление об основных видах спорта;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятиям любимым видом спорта в свободное время;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- содействие развития психических процессов и обучение психической саморегуляции.

5. Контроль и учет достижений учащихся – важной особенностью является **оценивание учащихся**. Оценивание предусмотрено как по окончании раздела, так и по мере освоения умений и навыков. Ведется по 100 балльной отметочной системе и направлен на диагностирование образовательного результата освоения программы.

Использование формы контроля и учета:

- аттестация по итогам обучения за четверти, по итогам года, по мониторинговой системе;
- формы учета достижений - урочная деятельность - анализ текущей успеваемости;
- внеурочная деятельность – участие в олимпиадах, соревнованиях, конкурсах.

Основной формой организации учебного процесса является классно-урочная система, направлена:

- создание оптимальных условий обучения;
- исключение психотравмирующих факторов;
- сохранение психосоматического состояния здоровья учащихся;
- развитие положительной мотивации к освоению программы;
- развитие индивидуальности и одаренности каждого обучающегося.

Используются современные образовательные технологии:

- здоровьесберегающие технологии — привитие гигиенических навыков, навыков правильного дыхания, приемом массажа, игр на свежем воздухе в целях закаливания, использование физических упражнений, имеющих лечебно-воспитательный эффект, корригирующих и коррекционных упражнений;
- личностно-ориентированное и дифференцированное обучение — применение тестов и заданий с учетом уровня физической подготовленности и группы здоровья;
- информационно-коммуникационные технологии — показ презентаций для улучшения мотивации к занятиям физическими упражнениями и в приобретении знаний основ физической культуры.

6. Место предмета в учебном плане.

Предмет «Физическая культура» является обязательным предметом в основной школе и на его преподавание отводится 70 часов в год при двухразовых занятиях в неделю. В соответствии с этим реализуется «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классы» для общеобразовательных учреждений (авторы В.И.Лях, А.А.Зданевич). Программа М.Я.Виленского. Содержание программного материала уроков в планировании состоит из двух основных частей: базовой и вариативной. Для освоения базовых основ отведено 50 часов. Включение внутрипредметного образовательного модуля «Игры народов России» (5-8 классы) количестве 20 часов. Содержание вариативной части, предоставляет возможность выстраивания системы межпредметных связей, интеграции основного и дополнительного образования.

7. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения предмета «Физическая культура».

Личностные – готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению;

- сформированность их мотивации к обучению и целенаправленной познавательной деятельности, системы значимых социальных и межличностных отношений,

ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции в деятельности;

- социальные компетенции, правосознание, способность к осознанию российской идентичности в поликультурном социуме.

Метапредметные – освоенные обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные), способность их использования в учебной, познавательной и социальной практике;

-самостоятельного планирования и осуществления учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками;

- построение индивидуальной образовательной траектории.

Предметные – освоенные обучающимися в ходе изучения учебного предмета умения, специфические для данной предметной области;

-виды деятельности по получению нового знания в рамках учебного предмета, его преобразованию и применению в учебных, учебно-проектных, и социально-проектных ситуациях;

- формирование научного типа мышления, научных представлений о ключевых теориях, типах и видах отношений, владение научной терминологией, ключевыми понятиями, методами и приемами.

8. Физкультурные группы.

В целях дифференцированного подхода к организации уроков физической культуры все обучающиеся в зависимости от состояния здоровья распределяются на три медицинские группы: основную, подготовительную и специальную. Обучающиеся относящиеся к подготовительной медицинской группе занимаются по программе для основной группы с учетом некоторых временных ограничений в объеме и интенсивности физических нагрузок. Обучающиеся относящиеся к специальной медицинской группе занимаются по облегченной программе, только по разрешению врача-педиатра и с учетом индивидуальных рекомендаций.

9.Содержание курса.

9.1 Естественные основы.

5-6 классы. Влияние возрастных особенностей организма и его двигательной функции на физическое развитие и физическую подготовленность школьников. Защитные свойства организма и профилактика средствами физической культуры.

9.2. Социально-психологические основы

5-6 класс. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Гигиенические основы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями, обеспечение их общеукрепляющей и оздоровительной направленности, предупреждение травматизма и оказание посильной помощи при травмах и ушибах. Анализ техники физических упражнений, их освоение и выполнение по показу. Контроль за функциональным состоянием организма. Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой, в том числе на подготовку к сдаче норм ВФСК ГТО. Подготовка к занятиям физической культурой. Планирование занятий физической культурой. Оценка эффективности занятий физической культурой. Самонаблюдение и самоконтроль. Оценка эффективности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью.

9.3. Знания о физической культуре. История физической культуры. Основы истории возникновения и развития Олимпийского движения, физической культуры и отечественного спорта. Здоровье и здоровый образ жизни. Первая помощь при травмах. Исторические данные о создании и развитии ГТО, кроме этого, в разделе раскрываются основные понятия физической и спортивной подготовки обучающихся, особенности организации и проведения самостоятельных занятий по виду спорта и требования к технике безопасности, о самоподготовке к сдаче норм ВФСК ГТО.

9.3..Физкультурно-оздоровительная деятельность. Оздоровительные формы занятий в режиме учебного дня и учебной недели. Индивидуальные комплексы адаптивной и корригирующей физической культуры. Комплексы упражнений для коррекции фигуры, гимнастики для глаз, для профилактики нарушения осанки. Воздушные и солнечные ванны

9.4. Культурно-этническая направленность. «Игры народов России» в 5-8 классах - включает в себя ознакомление, организацию и проведение спортивных праздников, этнической направленности и ознакомление с элементами техники национальных видов спорта. Эти занятия подразумевают не только проведение тематических спортивных праздников; организацию и проведение подвижных игр, но и защиту своих творческих проектов по теме «Игры народов России». Внедрение программного материала раздела «Физическое совершенствование»: внутрипредметный модуль «Олимпиадики» в 9 классах, позволит успешно подготовить ребят к сдаче всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

10. Спортивно-оздоровительная деятельность.

Легкая атлетика. 5-9 классы.

Терминология легкой атлетики. Правила и организация проведения соревнований по легкой атлетике. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Подготовка мест занятий. Помощь в судействе. Беговые и прыжковые упражнения. Бег на длинные и короткие дистанции, эстафетный бег. Прыжки в длину с места, с разбега, в высоту с разбега. Метание малого мяча в вертикальную и горизонтальную мишень. Метание мяча на дальность с разбега.

Гимнастика с элементами акробатики. 5-9 классы.

Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки. Развитие силовых способностей и гибкости. Страховка во время занятий. Основы выполнения гимнастических упражнений. Организационные команды и приемы. Акробатические упражнения и комбинации. Опорные прыжки. Упражнения и комбинации на гимнастической скамейке. Упражнения на гимнастической перекладине. Висы и упоры.

Спортивные игры (баскетбол, волейбол).

Терминология избранной игры. Правила и организация проведения соревнований. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Подготовка мест занятий. Помощь в судействе. Организация и проведение подвижных игр и игровых заданий. Правила техники безопасности. Игра по правилам.

Внутрипредметный образовательный модуль «Игры народов России» (5-7 класс) количестве 20 часов.

Примерное распределение учебных часов по разделам программы

№п/п	Вид программного материала	Количество часов
1	Базовая часть	50
1.1	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока
1.2	Спортивные игры	12
1.3	Гимнастика с элементами акробатики	12
1.4	Легкая атлетика	14
1.5	Кроссовая подготовка	12
2.	Внутрипредметный образовательный модуль «Игры народов России»	20
	ИТОГО	70

11. Демонстрировать

Физические способности	Физические упражнения	Мальчики	Девочки
Скоростные	Бег 60 м. С высокого старта с опорой на рук, с	9,2 с	10,2 с
Силовые	Прыжок в длину с места, см.	180 см	165 см
	Лазание по канату на расстояние 6 м, с.	12 сек	-
Выносливости	Поднимание туловища лежа на спине, руки за головой, количество раз	-	18
	Бег 2000 м, мин	8,5	10,2
Координации	Последовательное выполнение пяти кувырков, с	10 с	14 с
	Броски малого мяча в стандартную мишень, м	12	10

Тематическое планирование (70 часов) 7 классы.

№ урока	Тема урока
I четверть - легкая атлетика - 7 , кроссовая подготовка - 6, ВОР «Игры народов России» - 5 .	
1	Организационно-методические требования на уроках физической культуры. Инструктаж по технике безопасности. Спринтерский бег. высокий старт (20-40м). Бег по дистанции (50-60м). Челночный бег 3x10
2	Правила соревнований. Совершенствование Спринтерский бег высокий старт (20-40м). Бег по дистанции (50-60м). Челночный бег 3x10
3	ВОМ «Игры народов России». «Лапта».
4	Бег на результат (60 м). М: «100-80» -9,5-9,7с, « 79,99 -60» - 9,8-10,1с. «59,99 -40» -10,2 с Д: «100-80» -9,8 -10,3 с, « 79,99 -60» -10,4-10,8с. «59,99 -40» -10,9 с
5	Правила соревнований в метании. ВОМ «Игры народов мира». «Лапта».
6	Обучение прыжка в длину с 9-11 шагов. Обучение метания мяча на дальность и заданное расстояние. Терминология прыжков в длину и метания. Правила соревнований по прыжкам в длину.
7	Учетный. Прыжок в длину на результат. М: «100-80» - 360-339 см, « 79,99 -60» - 340-321 см «59,99 -40» - 320 см Д: «100-80» - 340-321 см, « 79,99 -60» - 320-301 см. «59,99 -40» - 300 см
8	Правила соревнований. Изучение бега на средние дистанции. Бег на (1500м) без учета времени.
9	ВОМ «Игры народов России». «Лапта».
10	Понятие о темпе упражнения.Равномерный бег (15 мин). Спортивная игра «Лапта».
11	Развитие выносливости. Равномерный бег (16 мин). ВОМ «Игры народов России» «Лапта».
12	Совершенствование. Равномерный бег (17 мин). Спортивная игра «Лапта»
13	Совершенствование. Равномерный бег (18мин). Спортивная игра«Лапта»
14	ВОМ «Игры народов России». Подвижная игра «Бег с флажками».
15	Развитие выносливости. Равномерный бег (18мин). Спортивная игра «Лапта»
16	Понятие об объеме упражнения. Развитие выносливости. Равномерный бег (18мин). Спортивная игра «Лапта»

17	Развитие выносливости. Равномерный бег (19мин). М. Спортивная игра «Лапта»	
18	Учетный. Бег (2000 м). Без учета времени. Спортивная игра «Лапта»	
	II четверть Гимнастика с элементами акробатики - 12 ВОМ «Игры народов России» - 2 часа.	
19	Инструктаж по технике безопасности. Обучение технике вися (подъем переворотом в упор, передвижение в вися (м). Махом одной ногой, толчком другой подъем переворотом (д). Эстафеты.	
20	Совершенствование техники вися(подъем переворотом в упор, передвижение в вися (м). Махом одной ногой, толчком другой подъем переворотом (д). Эстафеты.	
21	Совершенствование техники вися(подъем переворотом в упор, передвижение в вися (м). Махом одной ногой, толчком другой подъем переворотом (д). Подтягивание в вися. Эстафеты.	
22	Оценка техники выполнения висов. Подтягивание: М: «100-80» - 8 р, « 79,99 -60» - 6 р. «59,99 -40» -3 р Д: «100-80» -19р, « 79,99 -60» -15 р. «59,99 -40» - 8р.	
23	ВОМ. «Игры народов России» «Тег регби». «Флорбол».	
24	Изучение. Опорный прыжок способом ноги врозь (д). Прыжок способом «согнув ноги» (м). Эстафеты.	
25	Закрепление техники опорного прыжка . Прыжок способом «согнув ноги» (м). Опорный прыжок способом ноги врозь (д).	
26	Учетный. Оценка техники выполнения опорного прыжка. Эстафеты.	
27	Изучение акробатических комбинаций. Кувырок вперед в стойку на лопатках (м). Кувырок назад в полушпагат. «Мост» из положения стоя без помощи (д).Лазание по канату в три приема. Эстафеты.	
28	Изучение. Кувырок вперед в стойку на лопатках (м). Кувырок назад в полушпагат. «Мост» из положения стоя без помощи (д).Лазание по канату в три приема. Эстафеты.	
29	Совершенствование. Кувырок вперед в стойку на лопатках (м). Кувырок назад в полушпагат. «Мост» из положения стоя без помощи (д).Лазание по канату в три приема. Эстафеты.	
30	Совершенствование. Кувырок вперед в стойку на лопатках (м). Кувырок назад в полушпагат. «Мост» из положения стоя без помощи (д).Лазание по канату в три приема. Эстафеты.	
31	Оценка техники выполнения акробатических упражнений. Лазание по канату на расстоянии (6-5-3)	
32	ВОМ «Игры народов России». «Флорбол», «Лапта».	
III четверть Спортивные игры (баскетбол -6, волейбол-6). ВОМ — 8 часов.		

33	Техника безопасности при игре в волейбол. Изучение передачи мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Эстафета. Игра по упрощенным правилам.	
34	Совершенствование передачи мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Эстафеты. Игра по упрощенным правилам.	
35	ВОМ «Игры народов России». Игра «Летающий мяч».	
36	Совершенствование передачи мяча двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя руками после подачи. Нижняя прямая подача мяча. Игра по упрощенным правилам.	
37	Оценка техники передачи мяча двумя руками сверху в парах через сетку. Нижняя прямая подача мяча. Игра по упрощенным правилам.	
38	ВОМ «Игры народов России» - «Челнок», «Смена капитана».	
39	Совершенствование. Передача мяча двумя руками сверху в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Нижняя прямая подача мяча. Эстафеты. Игра по упрощенным правилам.	
40	Оценка техники приема мяча снизу двумя руками через сетку. Эстафеты. Игра по упрощенным правилам.	
41	Совершенствование приема мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Нижняя прямая подача мяча. ВОМ «Игры народов России». «Салки в тройках».	
41	Оценка техники нижней прямой подачи мяча. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам.	
42	ВОМ «Игры народов России». «Летающий мяч».	
43	ТБ при игре в баскетбол. Правила баскетбола. Позиционное нападение с изменением позиций. Ведение мяча на месте со средней высотой отскока. Передача мяча двумя руками от груди на месте с пассивным сопротивлением.	
44	Правила баскетбола. Изучение ведения мяча в движении с низкой высотой отскока. Бросок мяча в движении двумя руками от головы. Позиционное нападение с изменением позиций. Игра в мини-баскетбол.	
45	ВОМ «Игры народов России». «Шесть передач».	
46	Совершенствование ведения мяча в движении с низкой высотой отскока. Бросок мяча в движении двумя руками от головы. Позиционное нападение с изменением позиций. Игра в мини-баскетбол.	
47	Правила игры баскетбол. Оценка техники ведения мяча в движении с разной высотой отскока и изменением направления. Бросок мяча в движении двумя руками от головы. Игра в мини-баскетбол.	
48	Изучение передачи мяча различными способами в движении с пассивным сопротивлением игрока. Бросок мяча двумя руками от головы с места с сопротивлением. Быстрый прорыв (2х1). Учебная игра.	
49	Терминология баскетбола. Совершенствование передачи мяча различными способами в движении с пассивным сопротивлением игрока.	

	Бросок мяча двумя руками от головы с места с сопротивлением. Быстрый прорыв (2x1). Учебная игра.	
50	Оценка техники броска мяча двумя руками от головы с места с сопротивлением. ВОМ «Игры народов России» «Снайпер».	
51	Изучение передачи мяча в тройках со сменой места. Бросок в движении одной рукой от плеча с сопротивлением. Штрафной бросок. Игровые задания (2x2,3x3).	
52	Оценка техники передачи мяча в тройках со сменой мест. Оценка техники штрафного мяча. ВОМ «Игры народов России». «Снайпер».	
IV четверть Легкая атлетика - 7. Кроссовая подготовка - 6. ВОМ - 5 часов.		
53	Инструктаж по технике безопасности. Понятие о темпе упражнения. Равномерный бег (15 мин). Спортивная игра «Лапта».	
54	Совершенствование. Равномерный бег (17 мин). Спортивная игра «Лапта».	
55	ВОМ «Игры народов России» - «Снайперы»	
56	Совершенствование. Равномерный бег (18мин). Спортивная игра «Лапта».	
57	Совершенствование. Равномерный бег (19 мин). Спортивная игра «Лапта».	
58	ВОМ «Игры народов России» - «Шесть передач».	
59	Совершенствование. Равномерный бег (20 мин). ВОМ «Игры народов России» - «Снайперы»	
60	Учетный. Бег (2000 м) без учета времени. Спортивная игра «Лапта».	
61	Инструктаж по ТБ. Изучение. Спринтерский бег, эстафетный бег. Высокий старт (до 20-40 м), бег с ускорением (50-60 м). Челночный бег 3x10 м.	
62	Совершенствование. Спринтерский бег, эстафетный бег. Высокий старт (до 20-40 м), бег с ускорением (50-60 м). Челночный бег 3x10 м.	
63	ВОМ «Игры народов России», игра «Лапта».	
64	Правила соревнований. Совершенствование. Высокий старт (20-40 м), бег по дистанции(50-60м), финиширование. Челночный бег 3x10 м. Эстафеты.	
65	Правила соревнований. Совершенствование. Высокий старт (20-40 м), бег по дистанции(50-60м), финиширование. Челночный бег 3x10 м. Эстафеты.	
66	Учетный. Бег на результат (60 м). Эстафеты. Мал: «100-80»- 9,5-9,7с, «79,99-60» - 9,8-10,1с, «59,99 — 40» - 10,2 с. Дев: «100-80»- 9,8-10,3 с, «79,99-60» - 10,4-10,8с, «59,99 — 40» - 10,9с	
67	Изучение прыжка в высоту с 9-11 беговых шагов разбега способом «перешагивание». Метание мяча (150 г)на дальность с 3-5 шагов. Правила соревнований.	

	ВОМ «Игры народов России», игра «Лапта».	
68	Правила соревнований. Совершенствование прыжка в высоту с 9-11 беговых шагов разбега способом «перешагивание». Метание мяча (150 г) на дальность с 3-5 шагов.	
69	Оценка техники прыжка в высоту. Метание мяча на дальность ; Мал: «100-80»- 35-31м, «79,99-60» - 30-29 м,, «59,99 — 40» - 28 м. Дев: «100-80»- 28-25 м,, «79,99-60» - 24 21 м,, «59,99 — 40» - 20 м	
70	ВОМ «Игры народов России», игра «Лапта».	

**Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение
предмета «Физическая культура».**

1.Библиотечный фонд (книгопечатные продукции)

- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования;
- стандарт основного общего образования по физической культуре;
- примерная программа по физической культуре основного общего образования (5-9 классы);
- рабочие программы по физической культуре;
- учебники по физической культуре (рекомендованные Министерством образования).

2.Демонстрационные печатные материалы

- таблицы стандартов физического развития и физической подготовленности;
- плакаты методические, портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры, спорта и олимпийского движения.

3.Экранно-звуковые пособия: аудиозаписи для проведения раздела гимнастики и акробатики, спортивных соревнований и физкультурно-оздоровительных мероприятий.

4.Технические средства: Многофункциональное лазерное устройство (принтер, цифровой копир, цветной сканер), два компьютера с выходом в локальные сети Интернет, музыкальный центр с усилителем, колонками, микрофонами и микшерным пультом. Плазменная панель d-102см. DVD – проигрыватель. Цифровой фотоаппарат и видеокамера. Электронное табло.

5.Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование:

Гимнастика - стенки гимнастические; скамейки гимнастические, козел гимнастический, перекладины гимнастические (низкие, средние, высокие); канат для лазанья с механизмом крепления; мост гимнастический подкидной, комплект навесного оборудования (перекладина); коврики гимнастические, маты гимнастические; мяч набивной (1,2,3,6 кг); мяч малый (теннисный); скакалки гимнастические; обруч гимнастический; обручи гимнастические.

Спортивные игры - щиты баскетбольные с корзинами; корзины и стойки для мячей, сетка для переноса мячей; мячи баскетбольные; манишки игровые; волейбольные стойки,

сетки, мячи; конусы; насос; электронное табло, табло перекидное; ворота для мини-футбола; мячи футбольные. Теннисный стол, теннисные ракетки.

Легкая атлетика -стойки и планка для прыжков в высоту; рулетка измерительная, дорожка разметочная для прыжков в длину с места, конусы.

Измерительные приборы: КМД «Здоровый ребенок»; спирометр; динамометр; тонометр и фонендоскоп; станова.

Средства первой помощи: медицинская аптечка.

Спортивные залы (кабинеты): спортивный зал (288м.кв.); мягкий модульный центр; зал ритмики; подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования; кабинет учителя.

Пришкольный стадион (площадка): игровое мини-футбольное поле, легкоатлетическая дорожка; сектор для прыжков в длину; площадка игровая баскетбольная, площадка игровая волейбольная, гимнастический городок, полоса препятствий.

Список литературы.

- 1 Лях В.И., Зданевич А.А. - «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов». / М. «Просвещение» 2016, 128 с.
2. Лях В.И., Зданевич А.А. учебно-методическое пособие «Физическая культура» по «Комплексной программе физического воспитания учащихся 1- XI классов». Развернутое тематическое планирование. Минимальные требования к результатам обучения. Волгоград. Издательство «Учитель», 2016.
3. Физическая культура. Методические рекомендации. 8-9 классы: пособие для учителей общеобразовательных организаций/В. И. Лях М.: Просвещение, 2015.
5. Настольная книга учителя физической культуры: справочно-методическое пособие / сост. Мишин Б.И. – М. ООО «Изд-во АСТ»: «Изд-во Астрель», 2003 – 526 с.
- 6.Матвеев А.П. Физическая культура. 5 класс: учебник для общеобразовательных организаций; Рос. акад. образования. М,: Просвещение,2016.
- 7.Матвеев А.П. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников А. П. Матвеева. 5-9 классы. М.: Просвещение, 2012.
- 8.Лях В.И. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И. Ляха, 5-9 классы. М.: Просвещение 2016
- 9.Матвеев А.П. Физическая культура. 8-9 классы учебник для общеобразовательных организаций. М.: Просвещение, 2015.

Учебно-информационные ресурсы

Электронный адрес	Название сайта
http://www.school.edu.ru	Федеральный российский общеобразовательный портал
http://www.edu.ru	Федеральный портал «Российское образование»
http://www.km.ru	Мультипортал компании «Кирилл и Мефодий»

http://www.uroki.ru	Образовательный портал «Учеба»
http://www.uroki.net/docfizult.htm	Сайт «УРОКИ.НЕТ» (уроки для учителя)
http://www.courier.com.ru	Электронный журнал «Курьер образования»
http://www.vestnik.edu.ru	Электронный журнал «Вестник образования»
http://www.1september.ru	Издательский дом «1 сентября»
http://www.sovsportizdat.ru	Издательский дом «Советский спорт»
http://teacher.fio.ru	Федерация Интернет образования
http://www.russiatourism.ru/	Федеральное агентство по туризму (Ростуризм)
http://lib.sportedu.ru	Электронный каталог центральной отраслевой библиотеки по физической культуре.
http://lib.sportedu.ru/tpfk/	Научно-теоретический журнал «Теория и практика физической культуры»
http://minstm.gov.ru	Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации
Http://www.fizkulturavshkole.ru/	Сайт «Физическая культура в школе»
Http://www.shkola-press.ru	Журнал «Физическая культура в школе»
Http://federalbook.ru/projects/sport/sport.html	Федеральный справочник «Спорт России»
ttp://www.informika.ru http://www.ed.gov.ru	Министерство образования РФ
http://teacher.fio.ru	Педагогическая мастерская, уроки в интернет и др.
http://edu.secna.ru/main	Новые технологии в образовании.
http://ru.wikipedia.org	Википедия. Свободная энциклопедия
http://sprintexpress.ru	Информационный сайт легкой атлетики
http://fizkultura.ru/sci/mobile_game/53	сайт «Физкульт-ура»»
http://fizkultura-na5.ru/	Сайт учителей физкультуры «Физкультура на «5»
www.sochi2014.com	Официальный сайт зимний Олимпийских игр и Паралимпийских игр в Сочи 2014
http://spo.1september.ru/	Сайт «Я иду на урок физкультуры»

http://zdd.1september.ru/	газета «Здоровье детей»
http://www.trainer.h1.ru/	Сайт учителя физической культуры
http://spo.1september.ru/	Газета «Спорт в школе»
http://www.gto.ru	Официальный сайт ВФСК «ГТО»
http://www.it-n.ru	Сеть творческих учителей/сообщество учителей ФК
http://sportlaws.infosport.ru	Образовательные ресурсы по физической культуре
http://festival.1september.ru/	Фестиваль педагогических идей «Открытый урок»

Технические средства обучения и учебное оборудование

- комплект оборудования для гимнастики;
- комплект оборудования для ОФП;
- комплект оборудования для легкой атлетики;
- комплект оборудования для баскетбола;
- комплект оборудования для волейбола.